ISTRUZIONE POPOLARE

SUI PRINCIPALI MEZZI DA IMPIEGARSI

PER GUARENTIRSI

DAL CHOLERA-MORBUS

E SULLE REGOLE DA SEGUIRSI

ALLORCHÈ QUESTO MORBO SI MANIFESTA

ISTRUZIONE POPOLARE

SUI PRINCIPALI MEZZI DA IMPIEGARSI

PER GUARENTIRSI

DAL CHOLERA-MORBUS

E SULLE REGOLE DA SEGUIRSI

ALLORCHÈ QUESTO MORBO SI MANIFESTA

TORINO

DALLA STAMPERIA REALE

1832.

Il *cholera-morbus* è una malattia grave; essa è tuttavia più spaventevole allorchè si teme, che pericolosa quando esiste. Altre malattie epidemiche, come il vajuolo, la scarlattina, certe febbri nervose, hanno fatta maggiore strage del *cholera*, poichè questo nelle contrade d'Europa, ove ha dominato, e dove ha incontrato un maggior numero di circostanze favorevoli alla sua propagazione, non ha assalito che un individuo su 75, che anzi in alcune città non oltrepassò la proporzione di un individuo su 200.

Regole da seguirsi per preservarsi dal cholera.

1.° Debbe tranquillare gli animi l'osservare, che il pericolo di essere assalito dal *cholera* è leggero. Non bisogna dunque inquietarsene, nè pensare altrimenti alla malattia, se non per porre in pratica le cautele acconcie a preservarsene. Quanto meno si teme, tanto meno

si rischia: ma siccome la tranquillità dell'animo è un gran preservativo, così fa d'uopo schivar sempre tutto ciò che può dar luogo a forti commovimenti d'animo, come la collera, il terrore, ed i piaceri troppo vivi ecc.

2.° Si è osservato, che quanto più pura è l'aria che si respira, tanto meno si è esposto al *cholera*.

Però non si saprebbe far troppa attenzione alla salubrità delle abitazioni; e così bisogna aver cura di non abitare, e più particolarmente di non dormire in gran numero in una stessa camera: inoltre di dar aria alle camere alla mattina, e nella giornata, aprendo il più sovente che si può le porte e le finestre, e tenendole aperte quanto più si può. Converrà eziandio collocare nelle stanze abitate un gran vaso contenente acqua clorurata (1). Si può finalmente promuovere la ventilazione e la rinnovazione dell'aria, facendo per pochi minuti un fuoco ben chiaro e fiammeggiante al cammino.

Per non esporsi ad un raffreddamento, bisogna, vestendosi, aver cura di non aprir le porte e le finestre; in tal tempo è utile, quando si può, di passare in un'altra camera.

Per ultimo, in ordine alle camere da letto, bisognerà servirsi di letti senza cortine, non ritener mai l'orina o

---

(1) *Acqua clorurata.*

Si piglia: cloruro di calce secco, un'oncia;
acqua, una bottiglia.

Si versi sul cloruro di calce una piccola quantità d'acqua, per ridurlo allo stato di pasta: poi si stempera nell'indicata quantità d'acqua. Si cava il liquore chiarificato, e si conserva in vasi di vetro, o di terra verniciata, ben chiusi.

Si può anche adoperare l'acqua clorurata preparata col cloruro di *sodium*, mettendo un'oncia di cloruro in 10 o 12 oncie d'acqua.

le feccie nei vasi da notte, i quali dovranno prontamente ripulirsi, e contener sempre un po' d'acqua.

L'aria umida delle abitazioni, malsana in ogni tempo, diviene pericolosissima allorchè regna il *cholera*. Bisogna astenersi dal far asciugar la biancheria nella camera, in cui si abita, e soprattutto dove si dorme.

Convien pensare non solamente a dar aria alle camere da letto, ma a mantenere ancora le case, e loro adjacenze nel migliore stato di salubrità possibile.

Così vuolsi aver gran cura de' piombi e delle latrine, che si puliranno almeno una volta al giorno con acqua clorurata, od almeno con acqua semplice. Si farà bene, tener del continuo chiuse con un turaccio le aperture dei tubi di piombo, o di ghisa, che comunicano colle pietre de' lavatoi, o co' bacini esterni, e di non aprirle che al momento di servirsene.

Veglierà ognuno, perchè le acque non si lascino fermare nei lastrichi delle corti o de' viali, ma che scorrano rapidamente pel canale che le porta nella strada. Bisognerà anche favorirne il colamento con lavature con molta acqua, se il pendìo non fosse abbastanza declive.

I vetri dovranno essere nettati almeno una volta alla settimana, perchè l'azione della luce è necessaria alla sanità dell'uomo.

I letamai, gli escrementi, i resti degli animali e dei vegetali, debbono pure formar oggetto di speciale attenzione. Dovrassi in conseguenza impedirne gli accumulamenti, facendoli togliere il più sovente che si può.

Degli animali domestici inutili miglior partito sarà lo spacciarsene.

Sarà bene di astenersi dall'allevare e mantenere porci, conigli, galline, piccioni ecc. in luoghi cinti, od in corti anguste, e non ventilate.

Gli abitanti delle case, particolarmente ne' quartieri

popolosi, dovrebbero sorvegliarsi a questo riguardo reciprocamente; dovrebbero inoltre contribuire, ciascheduno dal canto suo, alla nettezza delle strade, soprattutto quando sono strette. Ciò debbe importare a tutti.

3.° Coloro che hanno fatte osservazioni sul *cholera*, collocano il raffreddamento nel numero delle cause le più atte a favorire lo sviluppo di questa malattia. Egli è adunque necessario di evitare questa causa con coprirsi in modo da mantenere il corpo caldo, e con guarentire segnatamente il basso ventre, ed i piedi, dall'azione del freddo.

A questo fine sarebbe bene di fasciare il ventre nudo con una cintura di lana; di portar sulla pelle farsetti a maglia di lana o di flanella, e di far uso di *suolette* di lana. Queste vestimenta si muteranno e si laveranno quando saranno umide o sporche. Si laveranno spesso i piedi con acqua calda; quando vi fosse necessità di stare in luoghi umidi o freddi, si porteranno zoccoli o galoscie; in una parola converrà calzarsi pulitamente, ed in modo che i piedi siano riparati dal freddo e dall'umidità.

Molte persone, spezialmente quelle della classe poco agiata, hanno la pessima abitudine nell'alzarsi, e mettersi a letto, di porre i piedi nudi, ed anche di camminare sul suolo freddo. Non saprebbesi abbastanza biasimare un tal uso, che diverrebbe particolarmente pericoloso nel tempo in cui regnasse il *cholera*.

Anche per tema di raffreddarsi converrà astenersi nell'estate dal dormire colle finestre aperte. Bisognerà pure mantener nelle abitazioni un calore temperato, poichè le camere troppo calde rendono gli individui che le abitano più suscettivi dell'impressione del freddo, cui possono trovarsi esposte nell'uscire.

Per questa stessa ragione farà d'uopo di rientrare in casa, per quanto sarà possibile, di buon'ora; di non

passare una parte della notte nelle radunanze, nei caffè, nelle bettole, nelle taverne, ecc. ecc., massimamente allorchè le notti sono umide e fredde.

4.° L'occuparsi, ed il menar una vita attiva, schivando, per quanto si può, gli eccessi della fatica, è uno de' migliori mezzi di divertire l'inquietudine. Le occupazioni che richiedono molta applicazione di mente non convengono punto. Lo stesso dee dirsi de' lavori che sono cagione di un' insolita privazione di sonno durante la notte.

5.° Si è già parlato dell' utilità delle cintole e delle *suolette* di lana; ma è necessario, che queste vestimenta siano serbate pulite. La pulizia è sempre necessarissima alla sanità. Coloro, che hanno i mezzi di prendere di quando in quando qualche bagno calduccio, si consigliano a farne uso; ma non converrà starvi che il tempo necessario per nettar il corpo: bisognerà aver cura di asciugarsi ben bene con biancheria calda, e nell'uscir dal bagno non esporsi immediatamente all'aria esterna. Questa precauzione è utile singolarmente quando la stagione è fredda.

Le fregagioni asciutte convengono molto. È facile di amministrarle, fregandosi, o facendosi fregare per un quarto d'ora alla sera, o meglio ancora alla sera ed alla mattina, il tronco, le braccia, le coscie, e le gambe, con una spazzola flessibile, o con panni di lana.

In generale, per ciò che riguarda il modo di vestirsi, converrà regolarsi secondo la stagione; ma in nissun caso si dovrà vestire troppo leggermente.

6.° Il modo di nutrirsi quando regna il *cholera* è un punto importantissimo. La sobrietà non sarà mai abbastanza raccomandata. Si conosce un gran numero di casi, in cui il *cholera* si è manifestato in seguito ad eccessi di

cibo, ed è comprovato, che gli ubbriaconi sono più specialmente esposti a questa malattia.

Le carni ben cotte, o bene arrostite, e non troppo grasse, come anche i pesci freschi e di facile digestione, le ova, il pane ben fermentato e ben cotto, dovranno formare il principale nutrimento. Le carni ed i pesci salati non convengono in alcun modo: converrà far uso il meno che sarà possibile di carni porcine, ed astenersi da pasticcierie grasse ed indigeste.

Tra i legumi bisognerà tenersi quanto più si può ai meno acquosi, ed ai più leggeri (2). Non hannosi tuttavia da escludere le patate di buona qualità. Si appruova anche l'uso de' fagiuoli secchi, delle lenti, de' piselli, delle fave *in purrea* (3). Le cose crude, come le insalate, i ravani, non convengono.

Nella stagione delle frutta conviene usarne con molta riservatezza, massimamente se non sono perfettamente mature, perchè in tal caso possono divenire pericolosissime. Le frutta cotte offrono meno inconvenienti, ma se ne mangieranno in poca quantità, non dovendo mai esse sole formare il principale nutrimento.

Vi sono cibi generalmente sani, ma che per una disposizione particolare dello stomaco difficilmente si digeriscono da certi individui. Questi però dovranno guardarsene. Ognuno dee su questo punto esplorare lo stato del proprio stomaco.

---

(2) Debbonsi considerare per legumi acquosi quelli che contengono molta acqua di vegetazione, come per esempio i cetriuoli, le barbabietole, le lattughe ecc.

(3) La pellicola di questi legumi secchi o verdi non contribuisce in nulla al nutrimento, ed ha l' inconveniente di non poter essere digerita.

Nel tempo del *cholera* bisogna mangiar meno per volta di quello che si è solito, salvo a fare qualche pasto di più, il quale dovrà tuttavia essere sempre leggero.

Le bevande esigono pure grandissima attenzione. Tutte le bevande fredde prese quando si ha caldo sono pericolose. Non bisogna dissetarsi che quando è già cessata la traspirazione, vale a dire, che non bisogna bere freddo quando si è molle di sudore. Le conseguenze di un tale abuso sono tanto più funeste, quanto più fredda è la bevanda, e si è più in arsura. L'acqua dovrà essere limpida: l'acqua filtrata è preferibile ad ogni altra. Convien temperarla con una piccolissima quantità d'aceto o d'acquavite, quando si voglia berla pura (due cucchiajate da tavola di acquavite, od una cucchiajata d'aceto per una *pinta* d' acqua), segnatamente se la stagione è calda, e che siasi obbligato di faticare in lavori corporali, che, eccitando la traspirazione, provocano la sete, e pongono in necessità di bere sovente. Allora bisogna ber poco per volta. L' acqua fatta rossa con un po' di vino conviene egualmente. Finalmente si può trarre vantaggio da un'acqua leggermente aromatizzata con un' infusione tonica, come p. e. con un' infusione di menta piperita, o di camomilla (un pizzico di menta, o sei teste di camomilla per ogni tazza d'acqua bollente, cui si aggiungerà, dopo che si sarà raffreddata, un'altra tazza d'acqua fredda (4)).

Nulla havvi di più pernicioso dell'abuso dei liquori forti. È provato da un grandissimo numero d'esempi, che il *cholera* assale di preferenza, siccome già si è detto, gli

---

(4) Questa precauzione di aggiungere acqua che non abbia bollito è necessaria, perchè l' ebollizione privando l' acqua dell' aria che contiene, la rende di meno facile digestione.

ubbriaconi, e quegli ancora, che senza fare un abuso abituale di bevande forti, commettono per accidente un solo eccesso di questo genere.

Il costume di ber acquavite sola, ed a stomaco digiuno, costume tanto invalso nella classe degli operai, e così nocivo in ogni tempo, diviene particolarmente funesto quando regna il *cholera*. Le persone, che hanno quest'abitudine, dovrebbero mangiar qualche cosa, almeno un pezzo di pane, prima di tranguggiare il bicchierino di acquavite. Il vino bianco non dee neppur bersi a digiuno senza una siffatta precauzione, e non bisogna berne che in piccola quantità.

Nel tempo del *cholera* l'acquavite amara, cioè l'acquavite, in cui si saranno messe in infusione piante amare od aromatiche, od anche l'acquavite d'assenzio, è preferibile all'ordinaria.

Il vino, preso in quantità moderata, è una bevanda che conviene e durante il pasto, e dopo il pasto; ma esso vuol essere di buona qualità. È meglio berne in minor quantità, ma sceglierlo di qualità superiore. I vini nuovi ed acerbi sono più nocivi che utili. Il vino nero è preferibile al bianco. Coloro che hanno il mezzo di mescolarlo con acqua gazosa, faranno benissimo a servirsi di una siffatta bevanda salubre ed aggradevole.

La birra ed il sidro, soprattutto quando queste bevande sono fatte di fresco, che non hanno ben fermentato, o che sono agre, dispongono alle coliche, alla diarrea, e così divengono pericolosissime. Con maggior ragione lo stesso debbe dirsi del vino dolce, o mosto.

Regole da seguirsi quando il cholera *si manifesta in qualche casa.*

Risulta da un numero grandissimo di fatti osservati fin adesso ne' luoghi, in cui ha regnato il *cholera*, che i casi di guarigione sono in ragione della prontezza de' soccorsi, e che più questi soccorsi sono amministrati al primo apparire del morbo, più grande si è la probabilità che si acquista della guarigione.

Bisogna dunque, che ognuno conosca i primi segnali che indicano, che un individuo è presto ad essere assalito dal *cholera*. Ora questi segnali, che più ordinariamente si manifestano nella notte, od alla mattina, sono i seguenti.

Subita stanchezza, o subitaneo senso di fatica in tutte le membra: senso di gravezza di capo, come quando si è esposto al vapore del carbone; vertigini, sbalordimento; pallore, sovente livido, azzurriccio del volto, con alterazione *particolare* de' lineamenti; lo sguardo ha qualche cosa di straordinario, e gli occhi perdono il loro lume ed il loro brio; diminuzione di appetito; sete e desiderio di estinguerla con bevande fredde; senso di oppressione, di ansietà al petto, e di ardore e di abbruciamento alla fontanella dello stomaco; spasimi passeggeri sotto le false coste (cioè sotto le coste partendo dalla fontanella dello stomaco, dall'alto al basso), gorgogliamenti negli intestini, accompagnati soprattutto da coliche, cui succede la diarrea, o flusso di ventre. Questa diarrea sembra qualche volta che diminuisca i dolori: la pelle si fa fredda ed arida: talvolta si copre d'un sudore freddo. Alcuni malati sentono brividi lungo la spina dorsale, ed una sensazione ne' capelli, come se vi si soffiasse dentro aria fredda.

Questi diversi segnali dell'invasione della malattia non si presentano sempre nell'ordine, in cui vengono qui sopra accennati. Nemmeno compajono tutti in tutti gli ammalati.

Checchè ne sia, quando la maggior parte di essi, e segnatamente l' alterazione del volto, la stanchezza, il senso dell'abbruciamento nella fontanella dello stomaco, i gorgogliamenti, il raffreddamento della superficie del corpo si manifestano, bisogna immantinente chiamar il medico.

Mezzi da impiegarsi prima dell'arrivo del medico.

Conviene eccitare fortemente la pelle, e richiamarvi il calore, con applicarvi cenere, o sabbia calda dentro a pannolini.

L'esperienza ha dimostrato in molti luoghi, in cui il *cholera* ha dominato, che si possono ottenere grandi vantaggi dai bagni di vapore fatti nella seguente maniera: si colloca sotto una seggiola ordinaria un vaso di terra contenente una penta d'aceto, cui taluno consiglia di aggiungere due ottavi di canfora disciolta in due o tre oncie di spirito di vino: nel medesimo tempo si fanno arroventare pezzi di ferro, o di pietre, o di mattoni. Si fa quindi sedere sulla seggiola il malato, spogliato delle sue vesti. Si copre poscia con coperte di lana la seggiola ed il malato dal collo fino ai piedi, i quali dovranno posare su panno di lana, o d'un altro panno qualunque. Ogni cosa così disposta, si gettano nell'aceto ad intervalli di pochi minuti secondi i pezzi di ferro o di pietre ecc. arroventati. L'aceto in tal modo si scalda, e si riduce ben presto in vapore. Questo bagno dee durare da 10 a 15 minuti.

Dopo di ciò si rimette l'ammalato in letto: si tiene avvolto in coperte di lana, ben asciutte e ben calde: e vi si lascierà riposare tranquillamente, se trovasi in uno stato di traspirazione *moderata*. Altrimenti si continueranno le fregagioni, sempre fra le coperte, fino all'arrivo del medico. Ma non basta di riscaldar il corpo esteriormente, bisogna eziandio riscaldarlo interiormente.

Perciò si metterà il malato fra due coperte di lana ben riscaldate, e si faranno scorrere su tutta la superficie del corpo al di sopra delle coperte ferri a *ripassare* caldi, od uno scaldaletto. Questi ferri, o scaldaletto, si fermeranno alquanto di più alla fontanella dello stomaco, sotto le ascelle e sul cuore.

Si fregheranno fortemente, e per lungo tempo le membra con una spazzola asciutta, o con un linimento irritante, servendosi per ciò di un pezzo di flanella, o di lana. Per quanto è possibile conviene, che tali fregagioni facciansi contemporaneamente da due persone, caduna delle quali fregherà uno dei lati del corpo, avendo per altro gran cura di scoprire il meno che si può l'ammalato.

Fra i linimenti più opportuni per le fregagioni irritanti fu riconosciuto quello composto come segue: si pigli una tazza di spirito di vino; una mezza d'aceto forte; mezz'oncia di senape in polvere; due ottavi di canfora; due ottavi di pepe; uno spicchio d'aglio pesto. Tutto ciò si ponga in un vaso ben chiuso, si lasci in infusione per 3 giorni al sole od in sito caldo. Queste fregagioni dovranno continuarsi lungamente, e l'ammalato dovrà starsene coricato rinvolto nella lana.

Sono pur anche utilissimi i sinapismi ed i cataplasmi caldi di farina di lino attivati con essenza di trementina, ed applicati sul ventre e sul dorso. A questo fine è anche opportunissimo di dare al malato di 15 in 15 minuti

una piccola mezza tazza d'infusione aromatica caldissima, come di menta piperita, o di melissa, che si prepara come il thè e la camomilla. Ogni mezz' ora immediatamente avanti alla tazza d'infusione, si amministrano da 12 a 15 goccie di liquore ammoniacale anisato e canforato (5) in una cucchiajata d' acqua gommosa, con un po' di sciroppo comune.

In alcuni luoghi si ottennero anche ottimi effetti dall'alcali volatile, ossia ammoniaca liquida, somministrato dalle 15 alle 20 goccie ogni mezz' ora, od ogni ora, in una tazza di una satura decozione calda di orzo od avena mondata e macinata, od in difetto di acqua calda. Tuttavia quest'ultimo rimedio non dovrà amministrarsi che due volte tutt'al più prima dell'arrivo del medico. In mancanza di questi mezzi si può somministrare utilmente al malato acqua pura, da bersi quanto più calda si può, e poco per volta.

Questi diversi sussidii, sebbene sia opportuno di metterli in opera senza ritardo, vogliono tuttavia essere usati con ordine e senza precipitazione. Sempre che si potrà, sarà utile di coricare gli ammalati in camere separate da quelle abitate dagli altri membri della famiglia.

Si farà pur bene di lavare gli abiti degli ammalati con acqua caldissima di sapone.

---

(5) Gli speziali prepareranno questo liquore nella seguente maniera:

Alcool, 12 oncie.

Ammoniaca liquida a 18 gradi, 3 oncie.

Olio essenziale, 1/2 oncia.

Canfora, una dramma e 1/2.

Tutto ciò si ponga, e si conservi in una boccetta con turacciolo smerigliato.

La convalescenza del *cholera* richiede precauzioni che il medico dovrà suggerire. E qui non si saprebbe abbastanza raccomandare ai convalescenti l'osservanza rigorosa delle regole di preservamento qui sopra accennate; poichè le persone state attaccate dal *cholera* sono talvolta esposte a ricadute.

Fra queste regole di preservamento è specialmente necessario, che la casa, in cui sarà stata qualche persona ammalata di *cholera*, sia accuratissimamente purgata, e che le cose tutte che vi si troveranno siano disinfettate.

Tale purificazione è necessaria tanto per le case, nelle quali rimasero gli ammalati, quanto per quelle, dalle quali saranno essi stati trasportati negli spedali. Ma è specialmente necessaria una massima accuratezza nella purificazione delle prime.

A tal fine si dovrà (dopo essersi ben chiuse le porte e le finestre) praticare suffumigazione con cloro.

Per ciò eseguire si prendono 9 parti di sale comune polverizzato, 8 parti di manganese in polvere, e da 16 a 18 parti di acido solforico concentrato, stemprato in altrettanta quantità di acqua. Si rimescola quindi accuratamente insieme la polvere del sale comune e del manganese, si pone questa mistura in una coppa di vetro, o porcellana, e vi si spande di sopra l'acido solforico stemprato nell'acqua. Quindi si colloca subito questa mistura nel luogo che vuolsi purificare, dal quale ne debbono prima uscire gli abitanti, tenendosi poi chiuso per più ore. E quando verrà poscia aperto, non vi si dovrà entrare se non se dopo l'esalazione del gaz. Tale suffumigio dovrà pur rinnovarsi anche più volte nei giorni susseguenti.